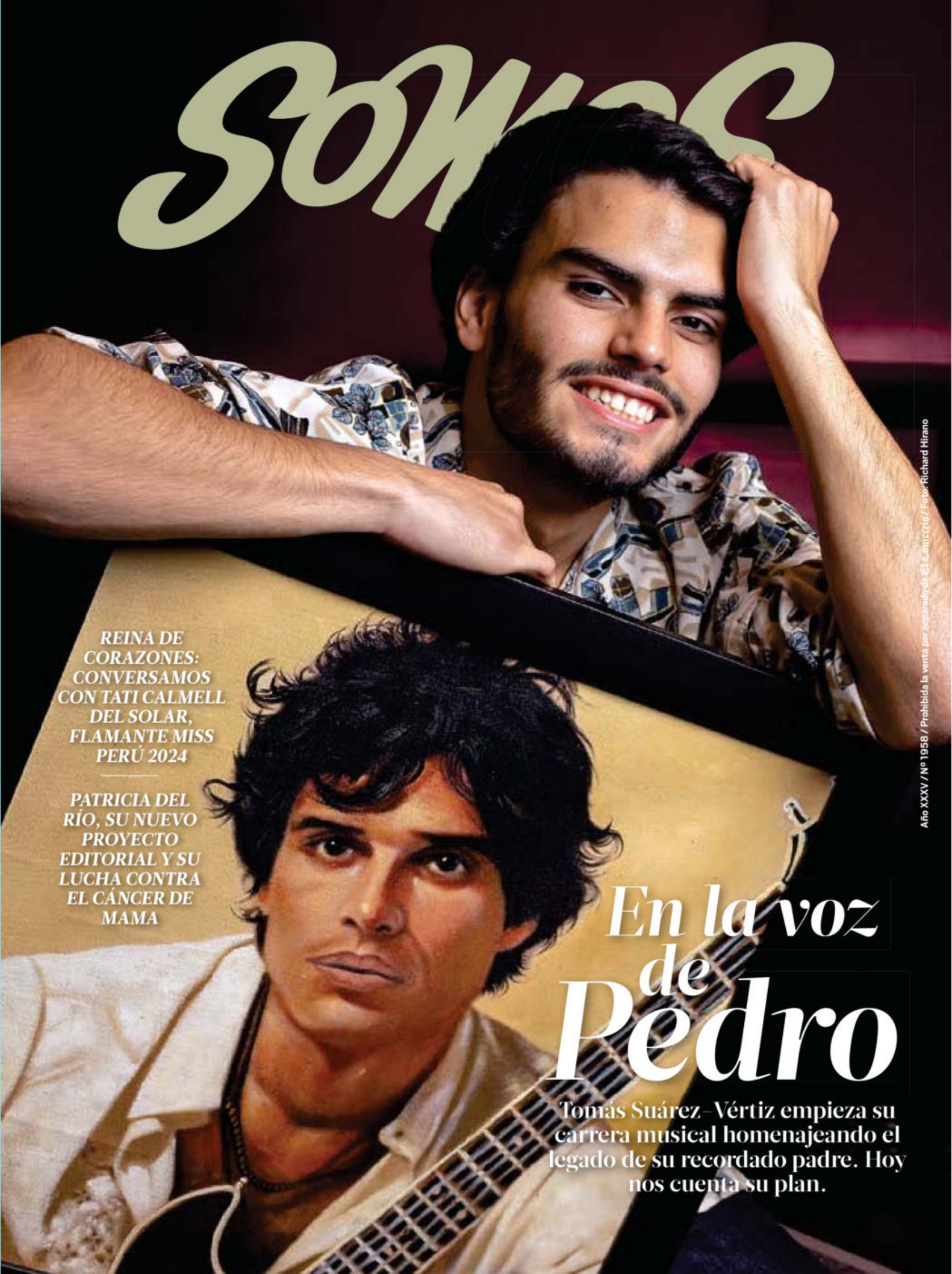


SOMOS



REINA DE
CORAZONES:
CONVERSAMOS
CON TATI CALMELL
DEL SOLAR,
FLAMANTE MISS
PERÚ 2024

PATRICIA DEL
RÍO, SU NUEVO
PROYECTO
EDITORIAL Y SU
LUCHA CONTRA
EL CÁNCER DE
MAMA

En la voz de Pedro

Tomás Suárez-Vértiz empieza su
carrera musical homenajeando el
legado de su recordado padre. Hoy
nos cuenta su plan.

El Comercio 185 ^{años}

Plan Digital

SIN LÍMITES

s/5 Al mes
Pago único
de S/60 anual

No hay excusas para
dejar de estar bien
informado.



Suscríbete aquí



Pasó esta semana



El regreso de Paul. Como parte de su gira mundial #GotBack, el exmiembro de The Beatles regresará al Perú después de una década este 27 de octubre, tal y como lo anunció esta semana. El recinto elegido para escuchar al astro musical es el Estadio Nacional. Recordemos que es la tercera vez que Paul McCartney pisa suelo peruano, y las entradas ya están a la venta.

AFP



JULIO REAÑO



La ministra se pronuncia. Leslie Urteaga, titular del Ministerio de Cultura, anunció en RPP que el Ejecutivo observará la controversial ley de cine (llamada 'ley Tudela' por ser impulsada por esta congresista), donde se limitan incentivos que promueven el cine regional.

Terminó su servicio militar

DESPUÉS DE 18 MESES EN EL EJÉRCITO SURCOREANO, JIN, CANTANTE DE LA AGRUPACIÓN DE K-POP BTS, HIZO UNA TRANSMISIÓN CON 3 MILLONES DE FANS CONECTADAS.



13 días

Y 127 ACTIVIDADES TENDRÁ LA XIV FERIA DEL LIBRO ZONA HUANCAYO EN LA PLAZA HUAMANMARCA. LA FIESTA LECTORA SE INICIA EL 18 DE JUNIO.

2 millones

DE SOLES PODRÁN RECIBIR COMO MULTA LAS EMPRESAS QUE REALICEN LLAMADAS Y MENSAJES NO SOLICITADOS. ESTO CON LA FINALIDAD DE PROTEGER LA PRIVACIDAD Y TRANQUILIDAD DE PERUANOS.

219 mil

PACIENTES DE CÁNCER DE PRÓSTATA FUERON DETECTADOS EN LIMA EN LO QUE VA DEL AÑO. LA CIFRA SE DUPLICÓ DESPUÉS DE LA PANDEMIA, INDICÓ ESSALUD.



Arruinado. Durante una entrevista en vivo en el programa "Piers Morgan Uncensored", el actor Kevin Spacey rompió en llanto mientras revelaba que está en la quiebra debido a las múltiples acusaciones de abuso sexual en su contra y sus fuertes gastos judiciales.



ESE ES UN PEQUEÑO CÁNCER DE PIEL REAL QUE HA COMENZADO A CRECER RECIENTEMENTE. Y AHORA TENGO QUE SOMETERME A UNA CIRUGÍA PARA EXTIRPARLO. AQUÍ VAMOS

Kevin Jonas

CANTANTE DE LOS JONAS BROTHERS

Expuso el artista en un reciente video publicado en su cuenta de Instagram.



El oso y Carlos Carlín. Paddington vuelve al Perú desde Inglaterra en la tercera película con este oso andino como protagonista. Llamó la atención que, al final del tráiler promocional, apareciera un rostro conocido: el actor Carlos Carlín recibe a Paddington en Migraciones.



Contenido

15/06/23



14

Adrenalina sobre dos ruedas

El bicipolo, que transforma el polo tradicional reemplazando caballos por bicicletas, gana popularidad. Originado en Irlanda en el siglo XIX, fue adoptado por los bicimensajeros como un deporte urbano que se practica sobre superficies de cemento. Un equipo peruano se alista para competir en Brasil.

08

Un café para todo el día

El chef Ignacio Barrios es la mente detrás de Intro Café Bar, una propuesta que destaca por sus bebidas, postres, pizzas y sándwiches hechos con insumos peruanos.



06. Paternidad a los 40

10. Patricia del Río

18. Xanastasia

21. Provecho

26. Circo Beat

30. Cocina ucraniana

34. Tomás Suárez-Vértiz

46. T'impuy

48. Astrología

22

En los ojos del mundo

La diseñadora de modas peruana Anis Samanez presentó una nueva colección en París. Allí, además, fue una de las ponentes de un conversatorio sobre la fibra de alpaca, organizado por la Unesco.



40

El reino de Tati

La actriz y modelo Tatiana Calmell del Solar se consagró como la nueva Miss Perú Universo. En conversación con **Somos**, la reina de belleza habla acerca de este reto, pero también sobre sus planes fuera de las pasarelas.

SOMOS

Director periodístico:
Juan Aurelio Arévalo
Miró Quesada

Editora:
Nora Sugobono
nora.sugobono@comercio.com.pe

Redactores:
Óscar García
oscar.garcia@comercio.com.pe

Jorge Chávez Noriega
jorge.chavez@comercio.com.pe

Celeste Pérez
maria.perez@comercio.com.pe

Diana Gonzales
diana.gonzales@comercio.com.pe

Colaboradores:
Gabriela Machuca, Víctor Idrogo,
Úrsula Acuña, Verónica Calderón.

Corrección de estilo:
Yamileth Latorre

Coordinador Somos web:
Jorge Chávez Noriega

FOTOGRAFÍA
Editor: Richard Hirano

DISEÑO Y DIAGRAMACIÓN
Editor:
Norman Del Mar Zárate

Administración:
Aracely Filio

Prensa digital:
Empresa Editora
EL COMERCIO S. A.

Impresión:
Amauta Impresiones
Comerciales S. A. C.

Distribución:
Empresa Editora
EL COMERCIO S. A.

INSTAGRAM
@somoselcomercio

REDACCIÓN
Jorge Salazar Aráoz 171,
Urb. Santa Catalina,
La Victoria, Lima. 311-6500

PUBLICIDAD
Claudia Amaya /
claudia.amaya@comercio.com.pe

Calle Jorge Salazar Aráoz 171,
Urb. Santa Catalina, La Victoria.
Teléfono: 311-6500, anexo 2117.
Hecho el depósito legal 992605. Se
distribuye gratuitamente
los días sábados con la edición
de EL COMERCIO. El contenido de
esta revista no puede ser reproducido
total ni parcialmente sin permiso de
los editores.

A través de intervenciones y rutinas, la medicina 'antiaging' busca reducir visiblemente las señales de la edad. Al respecto, dialogamos con el Dr. Jean Paul Osores.

EL PLASMA ACTIVADO CUENTA CON PRINCIPIOS ACTIVOS QUE IMPULSAN LA REGENERACIÓN DE LAS CÉLULAS DE LA PIEL. EXPERTOS RECOMIENDAN APOSTAR POR ESTE TRATAMIENTO DESDE LOS 30 AÑOS.



Estilo •

A buen tiempo

POR: CELESTE PÉREZ

Hasta hace unos años, el envejecimiento tenía una visión catastrófica: había quienes lo evitaban a toda costa con intervenciones notorias y esfuerzo máximo. Hoy, más bien, el tratamiento resulta más empático: la gente se centra principalmente en el ángulo preventivo, con medidas cautelosas y anticipadas, así como intervenciones menos radicales.

"Hace unos 20 años, la medicina 'antiaging' estaba llena de cirugías que ofrecían la reducción de edad física, con cortes, prótesis y más. Ahora, está más ligada a la estética preventiva, con una medicina funcional que hace no solo que el paciente luzca más sano y joven, sino que por dentro también lo esté, porque todo va de la mano", explica el médico cirujano experto en 'antiaging' Jean Paul Osores.

Sobre edades específicas, Osores indica que el envejecimiento

como tal inicia a los 24 años, pues es cuando la hormona del crecimiento, somatotropina, empieza a caer progresivamente en sus concentraciones. "Este es un factor importantísimo, pero no determinante, pues en cada cuerpo es diferente, por ejemplo, entre hombres y mujeres el factor cambia. Las mujeres, experimentan con antelación cambios hormonales como la menopausia, mientras que el hombre tiene la pérdida de estrógenos", detalla, y agrega que el factor genético también impacta en las señales de edad.

TOMAR ACCIÓN

Sobre los tratamientos estéticos que se pueden tomar, el doctor recalca que cada caso es particular y lo mejor es consultar con un experto.

En tanto, el uso de sérums de ácido hialurónico se posiciona como uno de los favoritos para aportar vitalidad a la piel, así como también la inclusión de cremas 'antiage' en la rutina de 'skincare', con especial foco en las zonas más delicadas del rostro, como el contorno de ojos.

El uso de láseres e inyecciones con plasma regenerativo se deberá recomendar si el paciente y su piel así lo requieren. //



ISTOCK

PUEDEN SEGUIR LOS CONSEJOS DEL DR. JEAN PAUL OSORES EN SU PERFIL DE INSTAGRAM @JEANPAULOSORESBIANCHI. POR ESTA VÍA, TAMBIÉN PUEDE AGENDAR UNA CITA EN SUS CONSULTORIOS.

De adentro hacia afuera

Para el Dr. Osores Bianchi, las medidas en la rutina diaria no deben ser tomadas a menos. "El envejecimiento, sin duda, puede acelerarse si se tiene una mala alimentación, sedentarismo y abuso de exposición al sol sin protección", comenta. El experto, es enfático en que la piel deshidratada incrementa la aparición de arrugas finas y manchas, así como también una mala alimentación y falta de ejercicio repercuten en un envejecimiento sin masa muscular y huesos débiles. Así, queda comprobado que las primeras medidas 'antiaging' empiezan en la rutina diaria.



Bienestar ♦

Ser papá a los cuarenta

¿Existe un reloj biológico en el hombre? ¿Hay alguna edad ideal para ser padre? Conversamos con diversos especialistas sobre los efectos de la paternidad en la edad mediana.

POR: ÓSCAR GARCÍA

Las urgencias de la vida han llevado a muchos hombres y mujeres a priorizar sus metas profesionales antes de embarcarse en la demandante aventura de la paternidad. Sin embargo, cada género enfrenta diferencias significativas. Se discute ampliamente sobre el reloj biológico femenino, que marca el fin de la fertilidad hacia los cuarenta y la menopausia. ¿Existen paralelos para los hombres? Desde una perspectiva de salud reproductiva, hay algunos factores para tomar en cuenta.

La fertilidad masculina, entendida como la capacidad del hombre para fecundar, está sujeta a varios factores que suelen cambiar con la edad. Según Nandy Vega, subdirectora mé-



POSTERGAR LA PATERNIDAD POR MUCHO TIEMPO PUEDE REPRESENTAR ALGUNOS DESAFÍOS, CUANDO SE TRATA DE FERTILIDAD EN HOMBRES Y MUJERES.

FOTOS: ISTOCK

Para una fertilidad sana

Los hombres de más de cuarenta años que deseen tener una buena vida fértil deben seguir ciertas recomendaciones para mejorar la calidad del espermatozoide. La clínica Mayo recomienda hacer deporte, mantener un peso saludable, seguir una dieta sana, controlar el estrés, ser cuidadoso con su vida sexual y protegerse de las enfermedades asociadas a la actividad despreocupada. Hábitos como fumar o tomar en exceso pueden influir negativamente al respecto. Se recomienda también usar ropa interior holgada, que ventile la zona genital.



dica de los centros clínicos de Mafre, “no necesariamente existen problemas de fertilidad para los hombres que quieren ser padres en sus cuarenta; sin embargo, la capacidad fértil del hombre se reduce gradualmente con la edad. La carga genética empieza a sufrir alteraciones a partir de los 45 años.”

Esto indica que, aunque la mayoría de hombres de más de 40 años puedan concebir, la calidad del espermatozoide podría verse comprometida con el tiempo. El Dr. Julio Muñoz, auditor médico de Pacífico Salud, precisa que “la edad reduce la calidad y la cantidad de los espermatozoides, lo cual afecta su capacidad de llegar a un óvulo o de fertilizar-

lo”. Y concuerda en que hasta los 45 años no deberían existir problemas significativos. “Es a partir de esta edad cuando la fertilidad puede verse comprometida”, añade.

Está probado que la fertilidad masculina es más alta antes de los 40 años. “Idealmente, la edad más fértil está por debajo de los 40: se podría considerar entre los 25 y 30 años”, comenta Vega. Eso también se nota cuando se repasa en la juventud de los donantes de espermatozoides, los favoritos para las clínicas del rubro: “los hombres con mayor fertilidad para donaciones de espermatozoides para tratamientos de fertilidad asistida estarían entre los 18 y 25 años”, señala el Dr. Muñoz. Esto indica que, inclu-

so en el contexto de la fertilización asistida, la juventud del padre puede ser un factor importante para el éxito del tratamiento.

La conclusión, sin que sea un axioma, es que para la naturaleza la edad ideal para ser padre podría estar en la ventana de los 20 a los 40 años, con un énfasis particular en los 25 a 30 años como los años de mayor fertilidad y menor riesgo genético. Aunque los avances en la medicina y la fertilización asistida han permitido que muchos hombres sean padres a edades más avanzadas, los retos biológicos como la disminución de la calidad del espermatozoide y la andropausia son factores importantes por considerar. //

Gastronomía

Intro Café Bar

Dirección: Calle Juan de la Fuente 827, Miraflores

☎ 915 143 023

📱 @introcafebar

PIZZA MEDITERRÁNEA, CON
MOZZARELLA, POMODORO
ARTESANAL, PIMIENTO, BERENJENA,
ZUCCHINI Y PESTO DE LA CASA.

SABROSO Y CRIOLLO ARROZ CON
LANGOSTINOS, AJÉS PERUANOS,
ARVEJAS, CHOCLITO, PIMIENTOS Y
BROTOS DE CULANTRO.



En este espacio la experiencia empieza con el primer café de la mañana, y dura hasta el último cóctel de la noche. Visitamos el nuevo local de Intro, un concepto pensado para cubrir todos los antojos del día.



NORA SUGOBONO

FOTOS:
HEROÍNA ESTUDIO



UN LONCHE (O DESAYUNO) CON TODOS LOS SABORES: ATRÁS, TOSTADA DE SEMILLAS CON PALTA TIPO GUACAMOLE, RABANITOS, TOMATITOS CHERRY CONFITADOS Y BROTES DE CULANTRO. ADELANTE, CLÁSICO CHEESECAKE DE FRUTOS ROJOS.

No fue fácil empezar negocios en la pandemia —cuando las cosas eran inciertas y el público conocía nuevas formas de consumo—, pero hay quienes supieron encontrar el lado positivo a un tiempo lleno de retos. Tal fue el caso de Intro Café Bar, un concepto comandado por el chef Ignacio Barrios (conocido por su formato de cocina participativa Urban Kitchen y, más recientemente, por sus apariciones en “El gran chef”), quien quería ofrecer un servicio flexible, adaptable a cada gusto y a cada necesidad. Intro busca ser un espacio versátil, donde una persona pueda comer en diferentes momentos del día, de la semana, sola o en compañía. Ya sea un desayuno al paso o un ‘brunch’ de fin de semana; unas cervezas con un piqueo o varias copas de vino con diferentes cortes de pizza. Lo que sea que se nos antoje probablemente esté por aquí. ¿Cómo lo han logrado? Viendo y escuchando a sus clientes. No son exactamente un bar, tampoco una cafetería o un lugar de menús. Son el espacio que el comensal quiere que sea, en el momento preciso.

Su segunda apertura parte de esa premisa, mucho más consolidada y madura. Intro acaba de abrir sus puertas en otra zona miraflo- rina, bastante más tranquila que la inicial (en pleno Larco) aunque no por eso menos transitada. El público aquí es más corporativo, con

mayor afluencia de vecinos de la zona residencial donde se ubican. La propuesta integra diferentes momentos del día, y su objetivo es que el mismo cliente se sienta cómodo allí en la mañana, en la tarde y en la noche.

Parten ofreciendo el café del barista Harry Neira, con una carta de cócteles clásicos bastante completa, unas cuantas opciones de cerveza artesanal en ‘draft’ y, por supuesto, vinos por copa o botella. La carta es un reflejo de la variedad culinaria —con sazón local pero inspiración de varios rincones del mundo— que es su emblema. Para empezar la visita encontramos desde huevos huachanos hasta waffles con miel, pasando por un sandwich ‘Croque Madame’ en pan de masa madre, o sándwiches de asado con palta, de ‘pulled pork’ o del tradicional chicharrón, por nombrar algunos. Por supuesto, las opciones de desayuno se pueden pedir durante todo el día.

El invierno nos invita a dejarnos seducir por un menestron o un pastel de choclo al estilo de Intro, y platos de fondo más contundentes como un arroz con langostinos con buen toque de ají, o una pasta al pesto con generosos trozos de lomo fino sellados. Imposible estar por aquí y no probar las pizzas, que llegan sobre una tabla cortadas en trozos. Lo que sea que estén buscando, seguro que aquí lo encuentran. //

Para todos los gustos

HOY SE COME RICO

Una de las opciones que más sale en los locales de Intro es la opción de menú del día. Por S/29,90 (de 12 m. a 4 p.m.) se puede escoger entre tres alternativas de entradas y seis de segundos, con un refresco de fruta. Nos encontramos con platos como causa de pollo, asado con puré, seco de carne con frejoles, pollo al horno

con ensalada rusa o solterito de quinoa. A elección del comensal.

SIEMPRE LISTOS

Los dos locales de Intro se ubican en Miraflores. El primero, está en la cuadra 8 de Larco, abre de 8 a.m. a 1 a.m. (viernes y sábados hasta las 3 a.m.). El segundo, que les mostramos hoy, atiende de 2 a.m. a 12 a.m. (viernes y sábados hasta la 1 a.m.)

EL NUEVO LOCAL ACABA DE ABRIR SUS PUERTAS EN UNA ZONA CORPORATIVA DE MIRAFLORES.





Literatura

Mujeres en la



Luna



La reconocida periodista Patricia del Río está viviendo al máximo su nueva etapa como escritora de literatura infantil con “Desde la Luna” (Mónimo, 2024), un hermoso libro ilustrado que aparece luego de su lucha contra el cáncer. Conversamos con ella y con Julia Viñas, su editora.

LA PERIODISTA
PATRICIA DEL RÍO
JUNTO A LA DIREC-
TORA EDITORIAL
DE MÓNIMO, JULIA
VIÑAS.



**DIANA
GONZALES
OBANDO**

FOTO:
GIANCARLO
SHIBAYAMA

Fuimos testigos del primer encuentro. Al momento de esta entrevista, la periodista y escritora Patricia del Río acababa de ver su libro infantil “Desde la Luna” recién salido del horno. Junto a la editora de Mónimo, la argentina Julia Viñas, celebraba con muchísima emoción pasando las páginas como si se tratase de un tesoro recién descubierto: “Esta historia ha estado en mi computadora, en mi cuaderno, libreta de notas, traspapelada y ahora por fin tiene forma y color, un sueño cumplido”, nos dice Del Río con amor a primera vista a su libro.

“En el fondo de toda madre hay un narrador de cuentos”, añade Patricia sobre los mundos infinitos y aventuras fantásticas o espaciales que inventan las mamás para hacer dormir a sus hijos. Desde que su hijo era pequeño (ahora tiene 16 años), la periodista comenzó a tomar nota de sus narraciones y “Desde la Luna” es una de las tantas historias que guardó en un cajón durante años.

Aunque sea más conocida por su trayectoria en el periodismo político, Patricia del Río es una categórica lectora, lo sabemos por su programa “Letras en el tiempo” de RPP, pero además es una fanática coleccionista de literatura infantil. Tiene una amplia biblioteca de libros-álbum e ilustrados, una colec-

ción completa de “Caperucita Roja” en todas las versiones existentes, así como los cuentos de los Hermanos Grimm que su mamá le regaló por su primera comunión.

“Mi cercanía a los libros infantiles es una emoción especial, se trata de un vínculo afectivo. Cuando se regala un libro a un niño se le regala la promesa de que lo vas a acompañar a la hora de dormir y van a pasar un momento juntos”, explica. Este libro es una promesa, a su estilo.

ANTÍDOTO CONTRA LA ENFERMEDAD

Pero, ¿cómo una periodista que diariamente estuvo al pie del cañón lidiando con partidos políticos y entretelones del poder peruano se pasa al lado de la escritura de libros infantiles? “He regresado a mi origen”, piensa, pues Patricia estudió Literatura y Lingüística, además ha hecho una maestría en Escritura Creativa. “El periodismo me parece una labor maravillosa, pero creo que todas las actividades que hago deben tener cierta mística. He cambiado de rubro porque en el periodismo político siento mucha decepción”.

Así, Patricia encontró la mística que buscaba en sus cajones con sus antiguos relatos. Se citó con la escritora Micaela Chirif para organizarlos y los presentó a la editorial Mónimo. Ahí,

UNA CURIOSA NIÑA
QUE PROTAGONIZA
EL TEXTO VIVE EN
LA LUNA, BAJA A
NUESTRO PLANETA
Y ENCUENTRA
BUENAS AMISTADES
Y AVENTURAS.

PICHONOTO



Ilustración de la autora, Patricia del Río.

junto con las editoras Verónica Ramírez y Julia Viñas, y la ilustradora Andrea Balbuena aterrizaron esta tierna historia espacial. Tras idas y vueltas durante un año, nació “Desde la Luna”.

Aunque pocos lo sepan, hacer un libro infantil es un proceso durísimo, de muchos pasos, y para la autora estos meses fueron bastante más difíciles pues terminó de escribir “Desde la Luna” en medio de un tratamiento contra el cáncer: “Fue el detonante para publicarlo. Es curioso porque si bien mi cáncer no me iba a matar, la sola posibilidad de que la muerte ronde tu vida te da ganas de crear. Y crear es vida, es dar vida a cosas, un antídoto contra la enfermedad”.

Ella recuerda que en este proceso vivió momentos frustrantes, hizo una rutina alrededor de la enfermedad como lo hacen los pacientes de cáncer; pero la posibilidad de hacer un libro verdaderamente la ayudó: “Lo peor es creer que no se puede hacer nada más y hacer algo más es hacer un postre, sentarte a conversar con tu hijo o publicar un libro”.

POR MÁS LITERATURA INFANTIL

Patricia del Río se une a la selección de Mónimo, dirigida por Julia Viñas, una editorial que nació hace tres años y en este poco tiempo ha publicado ocho libros, algunos de ellos con reconocimientos internacionales relevantes como los Premios Bologna Ragazzi, The White Ravens y Fundación Cuatrogatos.

“Nos interesa publicar historias ilustradas con ilustraciones muy cuidadas y un alto nivel literario. Trabajamos con talento peruano, temas peruanos, ilustradores y autores peruanos. Además, nos proyectamos al mercado internacional porque ayuda a mejorar la calidad del mercado local”, nos comenta Julia, quien se instaló en el Perú hace 15 años, dejó la publicidad y encontró en el mundo editorial local una nueva forma de vida.

Perú tiene una historia literaria con mucha riqueza y la literatura infantil está siendo un espacio de reconocimiento internacional. Tenemos editoriales con mucha trayectoria como Polifonía Editora, con un amplio catálogo de autores nacionales e internacionales, Pichoncito y, en años recientes, Mónimo, así como otras editoriales peruanas que están abriendo sus sellos infantiles porque han encontrado a un público voraz interesado en esta literatura y libros de calidad, un panorama en ebullición que es importante no perder de vista. //



PATRICIA DEL RÍO TRABAJÓ “DESDE LA LUNA” CON EL ARTE DE ANDREA BALBUENA, ILUSTRADORA MUY ACUCIOSA QUE REALIZA LOS DETALLES DE LA HISTORIA.

Presentación en la Tierra

“Desde la Luna”, de Patricia del Río, se presentará hoy sábado 15 de junio, a las 4 p.m., en la librería El Virrey (Bolognesi 510, Miraflores).

En la cita participarán la autora y la ilustradora Andrea Balbuena (@rayito_verde), además de Sandi Muchari, responsable de Biblioteca y Sala de Literatura Infantil Cota Carvallo, de la Casa de la Literatura Peruana.

Para asistir, deben inscribirse en la cuenta de Instagram de la editorial Mónimo (@monimo.co). Los libros se encuentran a la venta en la página web www.monimo.co y en las principales librerías del país.

EMPEZAMOS
A LATIR *DIFERENTE*

CORAZÓN

94.3 FM **VIVE+**



VIVE+ MÚSICA + ACTITUD + EMOCIONES

RUC: 20492353214 RAZON SOCIAL: GRUPORPP

DALE PLAY EN:

Audioplayer

♦ **Crónica**

JUEGO SOBRE RUEDAS

El bicipolo, un deporte que combina la destreza del polo tradicional con la agilidad urbana de la bicicleta, ha empezado a echar raíces en el Perú, país donde los ciclistas cada vez son más. Ellos se alistan para representarnos en el próximo latinoamericano de Porto Alegre.

**ÓSCAR GARCÍA**FOTOS:
VÍCTOR IDROGO

EL BICIPOLO LLEGÓ AL PERÚ EN EL AÑO 2010 Y SE PRACTICABA EN CANCHAS DE FULBITO. HOY EN DÍA SE CUENTA CON UNA INSTALACIÓN MÁS ADECUADA EN EL CENTRO PROMOTOR DE TENIS, EN EL MALECÓN DE MIRAFLORES.

ESTE DEPORTE ES
DEMOCRÁTICO, CON GRUPOS
MIXTOS DE HOMBRES Y
MUJERES QUE JUEGAN EN
IGUALDAD DE CONDICIONES.
ADEMÁS, NO EXISTEN LÍMITES
DE EDAD NI CATEGORÍAS
ESPECÍFICAS AL FORMAR
EQUIPOS.



Un sábado por la mañana, la gente del equipo Perú Bike Polo se junta en una cancha de Miraflores, cerca del mar, para comenzar con el proceso de reclutar nueva sangre para su equipo. Son alrededor de treinta personas y cualquiera está invitado a asistir. Si no tienes bicicleta, ellos te la prestan. Se respira un aire de comunidad aquí que es propio de las culturas urbanas. Lo explica mejor Miguel Ángel Barreda (33), uno de los seleccionados del equipo que nos ha representado en torneos en Chile, Argentina y Colombia. “Esta es una comunidad feliz, deportiva, los rivales son amigos, algo que no ves mucho en el fútbol, por ejemplo. Jugamos en equipos mixtos, hombres

y mujeres. Lo mismo se siente cuando viajas. Si vas a México, la gente de allá te recibe y te aloja como si fueras su amigo de toda la vida”.

Si algo bueno nos dejó la pandemia de coronavirus, en medio de tanta tragedia, fue la necesidad de impulsar la bicicleta como un medio de movilidad urbana. Muchos limeños se volcaron a las dos ruedas para desplazarse durante ese tiempo y, al mismo tiempo, descubrieron que es posible hacer muchas más cosas con ella que solo ir de un lado a otro o practicar destrezas en un parque. También se puede jugar. Para ellos, la existencia del bicipolo en el Perú ha sido un feliz descubrimiento. Se trata de un deporte que, aunque tiene sus buenos años en el mundo y algunos aquí, aún está en crecimiento



FOTOS: VÍCTOR IDROGO

LA ASOCIACIÓN PERÚ BIKE POLO ES LA PRINCIPAL ORGANIZACIÓN DE BICIPOLO EN EL PAÍS. DESDE 2016 HAN PARTICIPADO EN COMPETICIONES INTERNACIONALES, DEMOSTRANDO UN RÁPIDO PROGRESO EN TÉCNICA Y EQUIPAMIENTO.

en nuestro país. Ello no ha impedido que los deportistas peruanos destaquen. Los inicios fueron difíciles, pero con constancia hemos podido saltar del puesto 30 al 5 en torneos internacionales. Y tenemos mucho más por lograr.

El bicipolo no es un deporte realmente nuevo, pero ha sido en las últimas décadas, con el auge de las culturas urbanas y callejeras, que ha encontrado un empuje muy distinto al de sus orígenes. Los primeros antecedentes de esta disciplina se registran en Irlanda del siglo XIX, cuando un grupo de caballeros empezó a usar bicicletas en lugar de caballos para jugar al entonces señorial polo. No se sabe bien si lo hacían por razones económicas (los caballos son caros) o por motivos animalistas (las bestias a veces salen lastimadas), pero lo cierto es que en Europa la práctica del polo sobre ruedas empezó a extenderse y acoger a nuevos adeptos. Uno de ellos fue el fallecido príncipe Felipe, esposo de la Reina Isabel II, quien era un ávido jugador de 'bike polo', como le dicen en inglés.

La democratización del bicipolo comenzaría recién en los años 90 de la mano de una subcultura urbana: la de los bicimensajeros. "En Estados Unidos, fueron los repartidores que manejaban bicicleta quienes idearon esta modalidad de juego, como una forma de entretenerse en su tiempo libre. Ellos se inspiraron en el hockey y se empezó a jugar sobre cemento", recuerda Barreda. Los inicios en el Perú fueron bastante artesanales. La gente usaba palos de cortina para

Las reglas

♦♦ El bicipolo se juega en canchas de 40 por 20 metros con tres jugadores por equipo, aunque pueden tener hasta seis participantes para realizar cambios.

♦♦ El objetivo del juego es anotar goles haciendo entrar una pelota en un arco. Para ello, utilizan un bastón o 'mallet'.



La modalidad estándar es de tres contra tres, aunque también se juega cuatro contra cuatro.



La principal característica de las canchas es que deben tener los cuatro lados cerrados para evitar que la pelota se salga. Durante el partido, nunca se permite poner los pies en el suelo.

hacerse sus bastones o 'mallets'. Esto ha ido cambiando conforme ha crecido el interés y ha aparecido gente que importa los implementos básicos para el juego. Para practicarlo se requieren bicicletas de piñón fijo, sin cambios. Esto hace que las jugadas en la cancha sean más maniobrables.

El bicipolo en el Perú enfrenta desafíos como la falta de espacios adecuados para jugar y la necesidad de autofinanciamiento. Este año están disfrutando de un espacio gracias a la Municipalidad de Miraflores, pero lo usual en este deporte es intentar progresar en condiciones limitadas. Sin embargo, la pasión y el compromiso de sus jugadores son destacables. Con la vista puesta en Brasil, donde se realizará un próximo torneo internacional, la gente en el Perú ya está empezando a considerar la creación de una liga que les permita mejorar y difundir este deporte a más personas. //



LOS IMPLEMENTOS ESENCIALES INCLUYEN UN CASCO, GUANTES Y EL 'MALLET', QUE ES UN PALO COMPUESTO DE UNA CABEZA DE PLÁSTICO DURO, UN CONECTOR Y UN 'SHAFT' DE ALUMINIO O FIBRA DE CARBONO, CON UN 'GRIP' PARA MEJOR AGARRE.

¿Es hora de viajar por su salud? Es hora de viajar a Cleveland Clinic.

Cleveland Clinic es reconocida en todo el mundo como líder en atención médica. Desde investigaciones pioneras en cáncer hasta la más avanzada cirugía cardiovascular, desarrollar innovaciones que salvan vidas es nuestro propósito de cada día. Pase lo que pase, tenga por seguro que nuestro equipo de especialistas estará aquí para usted, siempre preparado.



Comuníquese con un nuestro Servicio de Pacientes Globales.
Ohio: +1 (216) 505-4731 | Florida: +1 (954) 256-0840

ClevelandClinic.org/LatinAmerica



XANAXTASIA
ANUNCIA QUE,
DENTRO DE POCO,
SU LIBRO SE
CONVERTIRÁ EN
UN UNIPERSONAL
QUE PROMETE
REMECER LAS
TABLAS.

Mente Xanax, cuerpo sano

El personaje 'drag' conocido como Xanaxtasia presenta "Más fabulous que nunca", su libro de autoayuda que es, en realidad, una parodia de este género. La suya es una guía práctica cargada de superficial filosofía y cuestionables consejos de vida sin renunciar a su peculiar humor. Hablamos de estos y otros temas más serios.



POR:
**JUAN CARLOS
FANGACIO**

Rubia, ruidosa y expansiva como pocas (o como muchas, pero pocas con el estilo que tiene ella), Xanaxtasia nos recibe libro en mano y con aires de diva. “Realmente es un honor para ti hablar con la artista femenina más exitosa de todos los tiempos”, me dice, devenida ahora en estrella literaria gracias a la publicación de “Más fabulous que nunca”, una obra sobre la que no escatima el autobombo.

“Este libro ya ha superado al de Britney, al de la Señito, al de Magaly, y la Clorinda Matto de Turner debe de estar revolcándose en su tumba”, afirma la autora de este irreverente manual de autoayuda en el que el pragmatismo mata a la

filosofía. “No hay gente fea, sino gente sin presupuesto”, dice, por ejemplo, y en ese sentido ofrece consejos del tipo “cómo encontrar al ‘sugar daddy’ de tus sueños”, entre otros. “¿Quién sería el ‘sugar’ peruano perfecto para mí? Oh, my godness. Para empezar, tendría que ser alguien con dinero, ¿no? Quizá el Advíncula o el ‘Orejitas’. O un magnate como el Renzo Costa... pero la verdad es que yo busco a alguien del nivel de Bill Gates. Y que tenga más de 95 años”, añade, a su estilo.

Tan empoderada luce Xanaxtasia por estos días, que incluso se anima a enviarle unas recomendaciones de vida a la presidenta Dina Boluarte, para ver si levanta su popularidad. ¿Rolex? ¿Arreglitos

XANAXTASIA HIZO SU DEBUT COMO PERSONAJE HACE EXACTAMENTE SIETE AÑOS. HOY ACUMULA, SOLO ENTRE INSTAGRAM Y TIKTOK, MÁS DE 260.000 SEGUIDORES.



Autoayuda en clave paródica



♦♦ Al igual que su película “La verdad de Xanaxtasia” (2022), el sarcasmo y la burla son claves en “Más fabulous que nunca”, publicación del sello Academia Antártica que ha sido escrito al alimón entre Diego Muñoz (actor que interpreta al personaje) y el guionista Ítalo Carrera. 216 páginas de irreverencia, incorrección política e ingeniosos consejos “para ser fabulosa y no morir en el intento”.

“
A LAS PERSONAS TRANS SE
LES CIERRAN TODAS LAS
PUERTAS. QUE AHORA SE
LES DIGA QUE TIENEN UNA
ENFERMEDAD MENTAL ME
PARECE UN RETROCESO
ABISMAL PARA LA SOCIEDAD



Diego Muñoz
ACTOR

estéticos? “Ay, no. La Dina lo que tiene que hacer es renacer, my darling. Tiene que pedirme consejos, no ha leído mi libro”, declara con coqueta agitación de pestañas.

Y NO PODRÁN CALLARLA

Como toda diva que se respete, Xanaxtasia prefiere no revelar su edad. Sin embargo, fue hace siete años, exactamente un 15 de junio como hoy, que hizo su primera y fulgurante aparición. “Fue en un bar de Miraflores que ahora ya no existe. Le hice un tributo a ‘Berenice’ de Edgar Allan Poe con una canción de Lady Gaga. Un locón”, cuenta Diego Muñoz (Lima, 1994), el actor que da vida a este carismático personaje.

Consultado sobre si en algún momento acto e intérprete pueden cruzarse, Diego responde que, en realidad, él no se parece a Xanaxtasia en casi nada. “Yo no soy superficial, no soy egocéntrico, soy completamente lo opuesto —explica—. Es más, soy hasta introvertido en ciertos casos. Me gusta pasar mucho tiempo solo. Por eso interpretar a este personaje es agotador, porque la transformación es muy agotadora”.

En ese juego de la impostura, el libro “Más fabulous que nunca” es una eficaz sátira sobre el género de la autoayuda, en el que abundan las publicaciones que —supuestamente— pueden guiarnos hacia una vida mejor. “Cuando decidimos hacer el

libro, que escribí junto al guionista Ítalo Carrera, la idea fue siempre parodiar la autoayuda con mucho sarcasmo. Xanaxtasia te mete toda su superficialidad, pero termina diciéndote que resuelvas como quieras. Haz lo que te haga feliz, pero sin dañar a nadie”, explica.

Muñoz dice que se considera más un actor que una ‘drag queen’ propiamente dicha, y en ese sentido también es consciente de que su creación goza, hasta cierto punto, de algunos privilegios. “Xanaxtasia es un personaje blanco y creo que eso hace que sea más fácil su llegada a la gente. Sé que otros personajes no blancos o de nicho tienen más dificultades para ser aceptados. Por eso cada vez que puedo comparto cosas de las ‘drags’ peruanas, para hacer más visible su arte”, señala.

Así, entre broma y broma, Muñoz también sabe que la gran exposición que ha ganado Xanaxtasia le permite tocar asuntos más serios, como el polémico decreto del Ministerio de Salud que cataloga a la identidad trans como un “padecimiento mental”. “Me parece terrible —opina el actor—. A las personas trans en el Perú se les cierran todas las puertas y tienen menos oportunidades que nosotros o que otras personas de la comunidad LGTBI+. Que ahora se les diga que tienen una enfermedad me parece un retroceso abismal para la sociedad”. //



INGRESA A LA WEB:
WWW.ELCOMERCIO.PE/PROVECHO

@provechope

Provecho

—TOP— UN BRINDIS POR PAPÁ

El Día del Padre se puede celebrar con destilados y vinos con toques peruanos, en 'packs' para festejar como corresponde. Aquí, algunas opciones.

MALBEC LOCAL

Peruvino ofrece un malbec de Bodegas Pampas de Ica, una opción ideal. Fundado en 2012, el emprendimiento de la familia Carpio Amoroto ofrece un delicioso vino con aromas a frutos rojos, perfecto para maridaje con carnes a la parrilla, chorizos o quesos como el gouda. **Dato:** Calle Narciso de la Colina 674, Surquillo.

1/



PERUVINO

2/

BOX CHILCANERO

Permítele a papá ser bartender por un día con el box que presenta Tanta. Es una alternativa para preparar chilcanos con macerados artesanales de fresa y hierbabuena; cardamomo, kiño y lima; naranja, muña y piña. Incluye ginger ale, gajos de limón y la decoración.

Dato: www.pedidos.tantaperu.com / Rappi.

MATACUY



TANTA

3/

MATACUY

Con más de 40 años conquistando paladares, el destilado a base de hierbas Matacuy, de Destilería Andina, puede ser disfrutado en casa. Presentan dos 'packs' que incluyen regalos de la marca y todo lo necesario para preparar cócteles al gusto.

Dato: www.destileriaandina.com / 919 295 425.

4/

BOX PALOMA

Un homenaje al cóctel mexicano, ideal para los amantes del tequila. La propuesta incluye tequila, sales especiales, toronjas deshidratadas, kit de herramientas de cobre, Mr. Perkins Pink Soda —a base de toronjas y demás cítricos—, además de otros obsequios.

Dato: www.mrperkins.com / 946 392 493.



MR PERKINS

5/

ANDEAN GIN

Andean Gin Arándanos combina el fruto de moda con botánicos como enebro y vainilla de Tarapoto, con ese sabor sinigual. El color vibrante y curioso lo adquiere gracias a la flor campanilla azul. Es ideal para preparar un dry martini o un gin tonic.

Dato: www.peruvianspirits.pe / 985 329 639.



ANDEAN SPIRITS

ALONSO MUJICA



1. EN LAS PRENDAS DE LA NUEVA COLECCIÓN RESALTA EL USO DE FLECOS. LA DISEÑADORA SE INSPIRÓ EN EL MOVIMIENTO DEL PELAJE DE LOS CAMÉLIDOS ALTOANDINOS.

2. ESTA ES LA PRIMERA PRODUCCIÓN DE MODA RETRATADA EN EL MUSEO NACIONAL DEL PERÚ (MUNA).

ANIS EN

EL TRABAJO DE ANIS SAMANEZ SE DESTACA POR LOS MINUCIOSOS DETALLES A MANO EN SUS PIEZAS.



POR:
CELESTE PÉREZ





ARCHIVO PERSONAL

2/

La diseñadora peruana Anis Samanez develó su nueva colección en París, durante un importante conversatorio sobre la alpaca en las oficinas de la Unesco. Con piezas inspiradas en diversas técnicas de tejido locales, y empleando solo los colores blanco y negro, la creativa homenajeó la versatilidad de esta fibra natural en piezas únicas y apliques.

PARIS

S

E

El 87% de la población de alpacas se encuentra en el Perú. Para Anis Samanez, diseñadora local, este es un factor que no pretende pasar por alto: “Aunque muchos ya son conscientes de su impacto, no todos están informados. La alpaca peruana impacta en diversos sectores, a través del textil, por ejemplo, se impulsa el desarrollo sostenible, económico, social y cultural”, explica.

Es por eso que su última colección incluye de manera especial esta fibra, no solo en piezas completas (como chompas o abrigos), sino también en aplicaciones naturales, bordados y detalles. “Busco darle un valor agregado a la fibra, demostrar que no tiene un único uso, sino que también puede incluirse para aportar texturas en una prenda, logrando un producto inédito”, añade al respecto.

Empleando únicamente los colores blanco y negro, Anis Samanez ha logrado una propuesta única, que resalta, como ella dice, por sus acabados y texturas singulares, con una combinación de diversas técnicas de tejido manual, como tejido plano, telar artesanal y trabajo a mano para aplicaciones en pedrería, canutillos y ‘beads’.

Con más de un año de dedicación, esta colección constituye uno de los hitos más importantes de la diseñadora en lo que va de 2024, pues además ha sido develada en el contexto de un conversatorio sobre la importancia de la alpaca en la industria creativa, llevado a cabo en las oficinas de la Unesco en París, gracias a la organización de Promperú en Francia.

ALONSO MUJICA



“No solo se trata de un paso más para mi realización personal, sino también del amor que le tengo a mi país y de poder aportar algo más a su desarrollo”, destaca Anis.

ESCENARIO HISTÓRICO

Para la producción del editorial de fotos donde se muestran las piezas de esta colección, Samanez y su equipo consiguieron un ‘spot’ de ensueño para capturar la esencia de su trabajo más reciente. Lo hicieron en la sede del MUNA, Museo Nacional del Perú, ubicado en Lurín.

“Luego de mucho esfuerzo, los encargados del MUNA, Carlos Del Águila y Gabriela Eguren, me dieron esta oportunidad de oro. Haber tenido acceso al MUNA, que es un regalo del bicentenario, para realizar la producción

1. EN TOTAL SON 17 LOOKS CREADOS POR SAMANEZ. LA DISEÑADORA ESPERA PRESENTARLOS EN UN EVENTO EN LIMA ESTE AGOSTO.

2. LAS PIEZAS DE ESTA NUEVA COLECCIÓN COMBINAN TEJIDOS PLANOS, APLIQUES EN TELAR Y BORDADOS MANUALES DE ‘BEADS’ Y CANUTILLOS.

“

LA ALPACA PERUANA,
A TRAVÉS DEL
SECTOR TEXTIL,
IMPULSA TAMBIÉN
EL DESARROLLO
SOSTENIBLE,
ECONÓMICO, SOCIAL
Y CULTURAL

Anis Samanez
DISEÑADORA DE MODA



ARCHIVO PERSONAL

El Perú en alto

Como parte de las celebraciones del Año Internacional de los Camélidos, declarado por las Naciones Unidas, diversos talentos del diseño peruano se reunieron en las oficinas de la Unesco en París para participar de un conversatorio sobre la importancia de la fibra de la alpaca en la industria creativa.

Samanez viajó hasta allá y presentó su nueva colección en vivo. En el conversatorio estuvieron presentes otras figuras de la moda como Xiomara CJunco, Adriana Seminario, Henry Velazquez y Sergio Dávila. Una de las gestoras del proyecto fue la peruana Rosario Pajuelos, directora de Promperú en Francia.



2/

ALONSO MUJICA

de una colección que también celebra a nuestro país, ha sido muy especial”, rescata la diseñadora al respecto.

Faldas, chaquetas, vestidos y más se unen en una de las creaciones más especiales para Samanez. Su objetivo es destacar empleando una paleta sencilla de colores, con un par de tonalidades, apliques inigualables y mucha creatividad detrás.

“En cada pieza hay horas de trabajo. Trabajo manual, trabajo en telares y tejidos planos. Cada detalle cuenta, y me preocupo también por reflejar la cultura de mi país en cada una de ellas, con interpretaciones de patrones de la selva o de telares andinos”, concluye.

Por ahora, y luego de haber develado parte de esta colección en Francia, en los salones de la Unesco, Samanez se encuentra enfocada en lo que será su colección más grande, de la cual no puede develar muchos detalles. “Solo puedo decir que ha sido un reto gratificante. Podrán enterarse de todo en octubre, a través de mis redes sociales”, dice.

Para seguirle el radar a sus creaciones, puede encontrarla en Instagram como @anissamanezperu. //

Circo beat



POR: VÍCTOR IDROGO / ICÓNICA
@victoridrogo_



1.



2.



5.



3.



6.



4.

1/

Súbete a mi moto. Futuristic Boy y Claudia Fernández disfrutaron en dupla la apertura de McCarthy's Irish Pub en Miraflores.

2/

Regias. Lara Webb y Verónica Garrido Lecca se unen al lanzamiento de "Para qué", por Carlos Cruzalegui y Rulolo. Cine Olaya, Chorrillos.

3/

Anfitriones incomparables. Israel Behar y Diego Macedo celebran a lo grande el segundo aniversario de Sastrería Martínez en Miraflores.

4/

Amor del bueno. Abril Zignago en emocionado abrazo con su padre, Gian Marco, en la presentación de su disco "Aún me sigo encontrando", en el Teatro Municipal, Centro de Lima.

5/

Estilo latinoamericano. Albert Folch, Richards Meza y Rafa Martínez se reúnen en el Ladfest, festival de diseño que contó con charlas y expositores internacionales. Teatro Municipal, Centro de Lima.



7.



8.



10.



Moda, celebraciones de aniversario, arte y diseño dan vida a los eventos más destacados de la semana. La música, por supuesto, también estuvo presente con los lanzamientos de queridos cantautores peruanos.

6/

¡A pasarela!

Choyling Li y Antonella Meléndez listas para brillar en la presentación de la colección Motherland de Annaiss Yucra. Once Studio, San Isidro.

7/

Muy 'cute'.

Fiorella Montellanos en el lanzamiento de Motherland de Annaiss Yucra. Once Studio, San Isidro.

8/

Mamá Eva.

Iconica Eva Ayllón, presente en el lanzamiento del disco de Gian Marco "Aún me sigo encontrando". Teatro Municipal del Centro de Lima.

9/

Arte 'pet friendly'. Pablo Huamaní, Carla Mercedes y Tao disfrutaron de una tarde artística en la expo "Eariki", de Chonon Bensho. Barranco.

10/

En clave 'vintage'. Margot Lobatón y Sofía Shimabuku se dan cita en el segundo aniversario de Sastrería Martínez, en Miraflores.

**¿QUIERES QUE
TU EVENTO SALGA
EN CIRCO BEAT?**

Escribenos a:
claudia.amaya@comercio.com.pe

11.



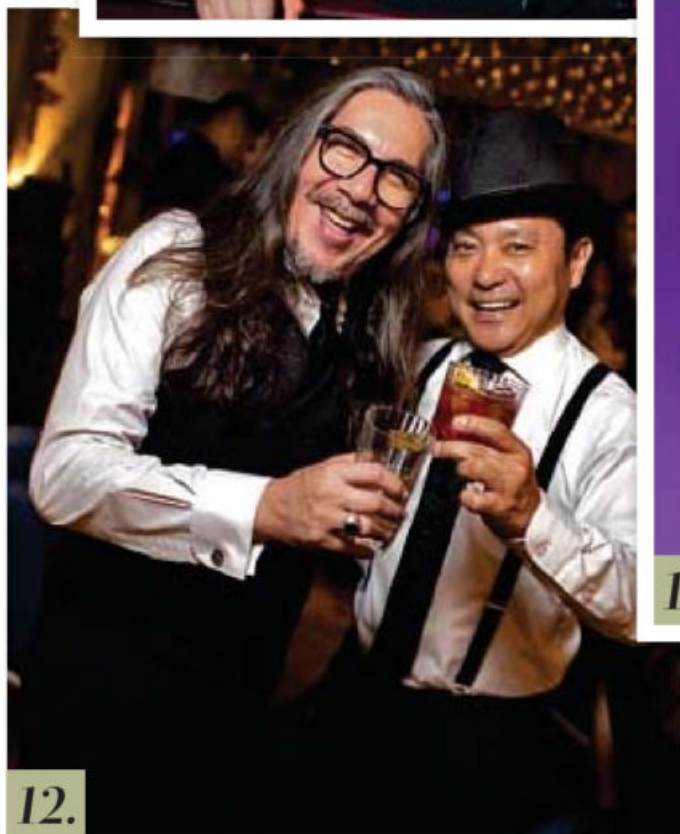
14.



16.



13.



12.



15.

11/

Que no pare la música. Carlos Cruzalegui y Rulolo disfrutaron en el lanzamiento de su single "Para Qué", en el cine Olaya. Chorrillos.

12/

Por todo lo alto. Aldo Bedriñana y Hajime Kasuga en las celebraciones por el segundo aniversario de Sastrería Martínez. Miraflores.

13/

'Fashionista'. Pía Requejo asiste a la presentación de Motherland, nueva colección de Annaiss Yucra. San Isidro.

14/

En tendencia. Amaia Sansour causa sensación en el Grand Opening Celebration de McCarthy's Irish Pub en Miraflores.

15/

Full inspiración. Valeria Tizón, Belén Díaz y Paloma Nieri contentas en la última edición de Ladfest, en el Teatro Municipal. Centro de Lima.

16/

Artista destacada. Pedro Favaron acompaña a su esposa, Chonon Bensho, en la presentación de su exposición "Eariki" en 80M2 Livia Benavides. Barranco.



19

17/

Mirada única.
Carlos Caamaño
presenta a
Sebastián González
en la feria Art
Photo Barcelona.
España.

18/

Las más 'cool'. Eliana
Vizquerra y Cristina
Rendón lo pasan bien
en el Grand Opening
Celebration de
McCarthy's Irish Pub
en Miraflores.

19/

iBaby on the way! Tier-
nísima Annaiss Yucra da
la bienvenida a la presen-
tación de Motherland, su
nueva colección, inspirada
en la llegada de su bebe
Sissi. San Isidro.

20/

Sofisticadas.
Roxana Gallegos
y Roxana Arrué
elegantas en la
exposición "Eariki",
en 80M2 Livia
Benavides. Barranco.



• Desde Ucrania

COCINAR EN MEDIO DE LA GUERRA

En medio del conflicto bélico, Yevhen Klopotenko le ganó a Rusia una batalla con el reconocimiento del borsch como patrimonio cultural ante la Unesco. **Somos** conversó en Kiev con el chef más prestigioso de Ucrania, quien nos reveló sus planes y la influencia de la gastronomía peruana en Europa.

YEVHEN KLOPOTENKO TIENE 37 AÑOS Y CUENTA CON CUATRO ESTABLECIMIENTOS GASTRONÓMICOS EN UCRA- NIA. DURANTE LA GUERRA, DIO COMIDA GRATIS DESDE UNA DE SUS COCINAS.



FOTOS: ARCHIVO PERSONAL

El enfrentamiento entre Ucrania y Rusia, que se inició en 2022, se lleva a cabo en varios niveles más allá de lo bélico. En Kiev, la capital ucraniana, **Somos** encontró la historia del chef Yevhen Klopotenko quien, en julio de 2022, le ganó a los rusos la batalla cultural por una tradicional sopa de beterraga, al lograr su inscripción ante la Unesco como Patrimonio Cultural Inmaterial a favor de Ucrania. A casi dos años de esa conquista, Klopotenko mantiene cuatro establecimientos gastronómicos funcionando en medio de alertas, sirenas, refugios y apagones que mantienen en vilo a todo Ucrania por los bombardeos rusos.

Klopotenko tiene 37 años y su primer trabajo fue en un McDonald's de Alemania. Luego pasaría a ser camarero en Estados Unidos, y fue entonces que empezó a cocinar. Era 2004 cuando comenzó a nutrirse de todo lo que encontraba sobre gastronomía en Internet. “Creo que soy de una de las primeras generaciones que empezó estudiando por Internet”, reconoce.

Con todo lo aprendido, su regreso a Ucrania tenía un objetivo: crear identidad a través de la gastronomía. En su visión, hay tres cosas que una persona busca cuando conoce un nuevo país: el idioma, la religión y la comida. “Si quieres descubrir alguna nación, obviamente tienes que probar su comida. Si quieres entender a un pueblo, tienes que entender lo que come, los ingredientes que usan en su comida”, dice.

Fue por ello que el reconocimiento del borsch es tan importante, no solo para Klopotenko, sino también para Ucrania. Si bien se trata de una sopa de beterraga que se cocina en otras partes de Europa, la Unesco determinó que la guerra ha amenazado la viabilidad de este plato en Ucrania. “Las personas no pueden ni siquiera cocinar o cultivar las verduras que lleva el borsch. Y tampoco pueden



SUMAN 400 PERSONAS EN EL EQUIPO DE KLOPOTENKO. EN LA IMAGEN, EL GRUPO QUE LLEVA LAS RIENDAS DE 100 YEARS BACK TO THE FUTURE, SU PRINCIPAL RESTAURANTE EN KIEV, LA CAPITAL DE UCRANIA.

reunirse para comerlo y eso amenaza el bienestar social y cultural de la comunidad”, dijo el organismo de la ONU en un comunicado.

INSPIRACIÓN PERUANA

La visión del chef ucraniano sobre la identidad gastronómica lo ha llevado a interesarse por visitar el Perú para probar “los gusanos amarillos”, en alusión al suri amazónico. Sobre nuestro país, tiene claras las referencias de Gastón Acurio y Virgilio Martínez. “Estoy tratando de posicionar la comida ucraniana y para eso estoy viendo el caso de la cocina peruana. Gastón Acurio empezó a hablar de cocina peruana en el mundo, llevó periodistas al Perú,



POR:
MARTÍN HIDALGO

luego fue a Francia a mostrar su cocina multicultural, y después de eso todo el mundo comenzó a comentar sobre la gastronomía peruana. Hasta ese entonces, el mundo solo hablaba de la cocina italiana, francesa, asiática, y ahora es el momento de la cocina peruana”, afirma.

Siguiendo el ejemplo del Perú, Klopotenko está buscando abrir un restaurante en Estados Unidos, y aspira a que se abran franquicias de comida ucraniana en otros países. Incluso bromea invitando a que se inaugure uno en el Perú. También acaba de lanzar su primer libro internacional, “The Authentic Ukrainian Kitchen” (La auténtica cocina ucraniana), el cual se añade otras cuatro publicaciones nacionales.

En Ucrania, suman cuatro los establecimientos gastronómicos de Klopotenko: el principal 100 Years Back to the Future (100 Años de Regreso al Futuro) en la capital Kiev, Poltava en la ciudad del mismo nombre, y un café y un bar que llevan el mismo nombre Other (Otro) en la ciudad de Lviv.

Son 400 personas las que trabajan en los establecimientos de Klopotenko, quien asegura que esto también ayuda a “reconstruir” la economía en medio de la guerra. En el establecimiento de Lviv, al oeste de Ucrania, el chef ucraniano brindaba comida gratis durante el primer año de la guerra. Luego del primer año, el establecimiento quedó como un café. “Fui el único que se atrevió a abrir un restaurante en el oeste de Ucrania”, dice orgulloso.

En su chequetera, Klopotenko lleva los colores de Ucrania —amarillo (por la tierra) y celeste (por el cielo)— en forma de corazón, y esa es la marca que dice querer implantar en los 10 restaurantes que espera abrir en otras partes del mundo. “No me puedo quedar sentado, tenemos que seguir luchando porque mucha gente en Europa piensa que se trata de solo un conflicto, pero estamos en guerra”, finaliza el chef que también reconoce su rol de ‘influencer’ para Ucrania.//

ARCHIVO PERSONAL



La sopa de beterraga más famosa

El borsch es una sopa con variantes regionales a lo largo de todo Ucrania, pero con un insumo estrella: la beterraga. Yevhen Klopotenko cuenta que inicia su preparación con un caldo de verduras con apio y zanahorias, al que le añade un kilo de beterraga fresca rayada. Luego le suma medio litro de zumo de beterraga, y la mezcla se hierve por unos 40 minutos junto a alguna proteína (en Ucrania usan mucho cerdo o cordero). Es casi al final de la cocción que suman otros ingredientes como papa y col. La clave, según el propio chef ucraniano, es cocinar todo en un horno de leña pues le brinda un toque ahumado único.

EN 2022, UCRANIA LOGRÓ EL RECONOCIMIENTO Y PROTECCIÓN DEL BORSCH (SOPA DE BETERRAGA) ANTE LA UNESCO, GRACIAS A LA LABOR DE KLOPOTENKO.

**VOTA POR TUS
RESTAURANTES
FAVORITOS EN**

PREMIOS
Somos



**¡Participa por
UN PASAJE DOBLE A MADRID**

Auspiciado por:



Vota por tu favorito:



EMPRESA EDITORA EL COMERCIO S.A. RUC: 20143229816

Vota eligiendo a un nominado en cada categoría. No es necesario que votes en toda la lista para que tu participación sea válida.
Si no conoces algún restaurante, puedes pasar al siguiente. Ver T&C de la campaña en: <https://bit.ly/4bMwHti>



TOMÁS SUÁREZ-VÉRTIZ MARTÍNEZ ES EL MENOR DE LOS TRES HIJOS DEL FALLECIDO CANTAUTOR PEDRO SUÁREZ-VÉRTIZ. EN LA IMAGEN, EL JOVEN MÚSICO POSA ANTE UN MURAL DE SU PADRE EN LA SEDE DE APDAYC, EN MIRAFLORES.

TOMÁS

*“Mi intención no es
hacer una carrera a
costa de mi papá”*

SUÁREZ

Tomás Suárez-Vértiz Martínez, el heredero musical de Pedro Suárez-Vértiz, nos recibió en la nueva sala de ensayos de Apdayc, que lleva el nombre del recordado vocalista de Arena Hash. Hablamos sobre su incursión en la música, las memorias de su padre y los planes que tiene para mantener vivo su legado. A su manera.



JORGE CHÁVEZ NORIEGA

FOTOS:
RICHARD HIRANO

VÉRTIZ



ientras conversamos, es inevitable notar en Tomás Suárez-Vértiz (19) algunos rasgos que definieron a su papá: las cejas pobladas, el pelo desordenado, pero, sobre todo, un espíritu relajado al momento de responder cada pregunta. El parecido físico salta a la vista, aunque el objetivo de Tomás no es construir una carrera que se base únicamente en el recuerdo de Pedro. “Nunca voy a dejar de tocar sus canciones, por cariño y agradecimiento, pero la idea es que sea cada vez menos”, nos cuenta. Acaba de lanzar su primer single —“Incondicional”, una balada con toques pop — y tiene confirmadas algunas fechas para tocar en el interior del país. Es consciente de que siempre habrá comparaciones, que le van a cuestionar sus privilegios por ser hijo de quien es, pero asegura estar preparado para afrontar el reto de forjarse un nombre que brille con luz propia.

Has dicho que el concierto en homenaje a tu papá, en San Marcos, hizo que decidieras dedicarte a la música. ¿Por qué no antes?

Tenía miedo de no saber cómo administrar mis tiempos. Yo estoy en la universidad y hasta hace poco trabajaba en el área de marketing de una empresa. Erróneamente, pensaba que podía hacer todo a la vez. Entonces, cuando ya me decidí, tuve que renunciar a mi puesto



ELÍAS ALFAGEME

para dedicarme cien por ciento a esto, que es lo que me apasiona. Dedicarse a la música implica un sacrificio enorme. No solo se trata de ir a un estudio, grabar una canción y lanzarla en Internet. Hay todo un trabajo de producción detrás que involucra a varias personas.

Nunca has sido mucho de mostrar tu vida en redes sociales. ¿Te costó salir del anonimato?

Efectivamente, yo en algún momento le pedí a mi papá que por favor no me siguiera en Instagram. Él era una persona que despertaba mucha curiosidad, pero yo prefería estar al margen de todo eso. Ya cuando decido lanzarme a la música, las cosas cambian para mí. Quizás puede sonar contradictorio, pero hoy estoy iniciando una nueva etapa en la que me hace feliz el contacto con las personas que me siguen. Recibo mucho cariño. Me siento muy agradecido con todo lo que me está pasando.

♦ **Viento en popa**

El fin de semana pasado, Tomás dio un concierto en la Ciudad Imperial. Tiene planeados, próximamente, dos recitales en Cajamarca y Arequipa. Para más información, pueden seguirlo en su cuenta de Instagram: @tomas-suarezvertizoficial. Su primera canción está disponible en YouTube.



PEDRO SUÁREZ-VÉRTIZ Y SU HIJO TOMÁS EN EL BACKSTAGE DEL EVENTO "CUANDO PIENSES EN VOLVER", EL 2014, EN EL ESTADIO NACIONAL.

“
TODO LO QUE SÉ
MUSICALMENTE Y TODO LO
QUE LE ESTOY MOSTRANDO
A LA GENTE, SE LO DEBO
A MI PAPÁ. SIENTO QUE
TENGO UN PEDAZO DE ÉL
DENTRO DE MÍ”



PEDRO Y SU ESPOSA, CYNTHIA MARTÍNEZ, JUNTO A SUS TRES HIJOS: MARÍA JOSÉ, TOMÁS Y SALVADOR.

ARCHIVO PERSONAL

¿Qué gran lección te dejó tu papá?

Él era una persona bastante cercana con sus hijos, nos engrería mucho. Pero cuando tenía que corregirnos, también lo hacía. Todo lo que sé musicalmente, todo lo que le estoy mostrando a la gente y he aprendido, se lo debo a mi papá. Siento que tengo un pedazo de él dentro de mí. Y siento que él me sigue apoyando desde otro plano.

¿Cómo fueron tus últimos años con él?

Fueron años complicados, pero a la vez muy bonitos. Su enfermedad tenía un origen neuromuscular, pero nunca dejó de ser ese loco lindo, como mucha gente lo recuerda. Invitaba a muchos amigos a la casa, le gustaban mucho las visitas. Le encantaba pedir comida; cada fecha que era posible celebrar, celebrábamos. Veíamos películas juntos, escuchábamos música. A pesar de su sufrimiento, se mantuvo muy cercano a nosotros hasta el día de su partida.

¿Sientes la presión de ser, de alguna forma, su heredero musical?

Mi padre me ha dejado la vara muy alta. Soy consciente de ello, pero mi intención no es hacer una carrera a costa de mi papá. Simplemente trato de demostrar lo mejor de mí ante el público; de hacerlos cantar, bailar y saltar. Soy un artista que recién está saliendo, tengo solo dos canciones. Para poder brindar un show completo, toco las canciones de Pedrito porque sé lo mucho que le gusta a la gente. Pero sí va a haber un momento en el que voy a tener mi propio repertorio, ese es el objetivo. Si toco una o dos canciones de él, serán la cereza del pastel.

¿Te incomodan las comparaciones?

No me molestan, en lo absoluto. Igual, trato de evitar los comentarios que no me suman. Si los llego a leer o me topo con alguno de ellos, no me detengo en los detalles. Solo presto atención a los mensajes que me puedan ayudar a ser un mejor artista. Sé que tengo que mejorar en muchísimas cosas. Estoy trabajando en ello.

LUIS MIGUEL LLANOS

PEDRO SUÁREZ-VÉRTIZ FUE UNO DE LOS MÚSICOS PERUANOS MÁS POPULARES DE LA ESCENA ROCK Y POP. FALLECIÓ EL 28 DE DICIEMBRE ÚLTIMO.



VERÓNICA SALEM



TOMÁS SUÁREZ-VÉRTIZ DEBUTÓ COMO CANTANTE EL PASADO 1 DE JUNIO EN UN CONCIERTO QUE DIO EN EL PARQUE DE LA EXPOSICIÓN.

“
SOLO PRESTO ATENCIÓN
A LOS MENSAJES QUE
ME PUEDAN AYUDAR
A SER UN MEJOR
ARTISTA. SÉ QUE TENGO
QUE MEJORAR EN
MUCHÍSIMAS COSAS

En tu primer concierto, te presentó una voz de Pedro generada con inteligencia artificial. ¿Vas a seguir usando este recurso, propenso a las críticas?

Esa fue una sorpresa de parte de la producción del evento no solo para el público, sino también para mí. No me ofendió que lo hayan hecho. Al contrario, me motivó bastante al momento de salir al escenario. Pero no creo que vaya a ocurrir nuevamente más adelante. Solo fue por mi debut.

En varias ocasiones se ha escuchado decir la frase “hay Pedro para rato”. ¿Qué significa eso para tu familia exactamente?

Significa que mi padre siempre nos va a acompañar en cada uno de los proyectos que emprendamos. Es una manera de decir que espiritualmente nos acompaña a cada momento, a todos lados, a toda hora. En mi caso, siempre va a estar presente, porque por más que llegue a tener

un propio repertorio de temas, no voy a dejar de tocar sus canciones, así tenga cuarenta o cincuenta años.

Hacer una carrera musical en el Perú no es cosa fácil. ¿Crees que partes con cierta ventaja con respecto a otros nuevos artistas?

Sé que tengo el privilegio de haber nacido en una familia de artistas. Me siento muy agradecido por eso, porque sé que no todos tienen las mismas oportunidades. Como bien dices, no es fácil dedicarse a la música o al arte en general en este país. Pero estoy poniendo todo mi esfuerzo para salir adelante por mi propia cuenta, con el apoyo de mi familia, de mi enamorada y de mi mánager. Mi sueño es viajar dando conciertos por todo el Perú, algo que ya he empezado a hacer. Creo que mi padre estaría muy orgulloso de cómo estoy haciendo las cosas. //

ENSAYO DE UN FRAGMENTO DE "EL GRAN TEATRO DEL MUNDO", DIRIGIDO POR XIMENA ARROYO Y OMAR DEL ÁGUILA.

RICARDO ROCA REY Y MARÍA RIVER EN LA PELÍCULA "LA LUNAREJA", UNA PRODUCCIÓN DE LA AAA, AÑO 1946.

ARCHIVO PERSONAL



AAA

Teatro

HOMENAJE A UNA LEYENDA

Por su aniversario 86, la Asociación de Artistas Aficionados prepara un programa especial y una exposición para rendir tributo a Ricardo Roca Rey.

POR:
ÓSCAR GARCÍA

Nacido en Lima en 1928, Ricardo Roca Rey fue un director innovador que impulsó el teatro en una época en la que este arte no tenía el alcance ni el impacto actual. Su destacada labor como actor, director y presidente de la Asociación de Artistas Aficionados (AAA) no ha sido olvidada, y por ello se está preparando un homenaje especial en su honor. "Ricardo fue un gestor cultural que llevó a escena puestas que fueron absolutamente vanguardistas,

como el montaje de 'La muerte de Atahualpa' en las ruinas de Puruchuco", señala Ximena Arroyo, codirectora de "Momentos", el ciclo de fragmentos de obras que alista la AAA para honrar el legado del hombre de tablas.

"Momentos" se presentará en su local de Jr. Ica 323, Cercado de Lima, e incluirá fragmentos de seis textos destacados, como "El gran teatro del mundo" y "Maquillage" de Jorge Eduardo Eielson, estrenada originalmente en 1958 en la AAA bajo la dirección de Roca Rey. Sobre esta última, célebre por el revuelo que armó en su tiempo, se ha recuperado un prólogo inédito de Eielson conservado en los archivos de la asociación. Un hallazgo de gran valor histórico.

Las obras se presentarán en dos programas y funciones limitadas. Durante las fechas del evento, la AAA también ofrecerá una exposición gratuita con una colección especial de los archivos de la asociación, abierta al público. Con este homenaje teatral, se espera no solo recordar la figura de Roca Rey, sino también revitalizar el interés por obras fundamentales en la historia teatral del Perú. //



PROGRAMA I (21 AL 30 DE JUNIO)

- ♦ "El gran teatro del mundo", de Pedro Calderón de la Barca
- ♦ "La voz humana", de Jean Cocteau
- ♦ "Maquillage", de Jorge Eduardo Eielson

PROGRAMA II

- (5 AL 14 DE JULIO)
- ♦ "Áyax Telamónio", de Enrique Solari Swayne
 - ♦ "Collacocha", de Enrique Solari Swayne
 - ♦ "Nuestro pueblo", de Thornton Wilder



CALMELL DEL
SOLAR (29) NOS
REPRESENTARÁ EN
LA EDICIÓN 73 DEL
MISS UNIVERSO, A
LLEVARSE A CABO A
FINES DE SETIEMBRE
EN MÉXICO.

Entrevista

Tatiana Calmell del Solar

ETIENA HECHA EN EL PERÚ

Su carisma y naturalidad la han consagrado como Miss Perú 2024 en un certamen que significó una revancha del sueño que se le escapó en 2022. Lista para conquistar el Miss Universo, la modelo y actriz reflexiona sobre los estereotipos que busca derribar, sus motivaciones y el verdadero significado de la belleza.



CELESTE PÉREZ

FOTO:
RICHARD HIRANO

T

atiana Calmell del Solar cumplirá 30 años el próximo 22 de julio, habiendo conseguido una de sus metas más soñadas: coronarse como la mujer más hermosa del país.

No solo por el título, ni la corona de diamantes, sino porque significaba concretar una promesa que se hizo a sí misma cuando volvió al ruedo luego de quedar como segunda finalista en 2022: “las lágrimas, el esfuerzo, y los días malos y buenos valdrán la pena”.

Seleccionada entre 34 participantes de diversas localidades del país, Calmell del Solar no necesitó de mucho para brillar. Su carisma y dulzura, como señalan sus propias compañeras de competencia, fueron clave para el éxito de la representante de Talara en el concurso dirigido por Jessica Newton.

A pesar de las críticas en redes sociales sobre la organización del evento y la obtención de la corona, Tatiana se mantiene creyente de su valor y talento y saborea el éxito antes de empezar sus preparaciones para deslumbrar en México en el Miss Universo edición número 73. ¿El objetivo? Tentar, nuevamente, la corona.

¿Desde cuándo se convirtió en un sueño personal ser Miss Perú?

En realidad desde muy pequeña. Pero como era modelo, en ese entonces había un estigma de que eran dos mundos que no podían mezclarse. Sobre todo en la industria peruana. Así que por el miedo al qué dirán me metí en mi burbuja del modelaje, yo misma me corté las alas.

¿Querías derribar un estereotipo?

Me di cuenta de que era algo que genuina-

CALMELL ASEGURA QUE UNO DE SUS 'COACHS' MÁS IMPORTANTES ES SU NOVIO, EL SURFISTA CRISTÓBAL DE COL, QUIEN SE CORONÓ COMO CAMPEÓN MUNDIAL JUVENIL EN ISA 2011. "ES IGUAL DE COMPETITIVO QUE YO", PRECISA LA MODELO.

SOBRE LAS CRÍTICAS A SU CORONACIÓN, COMPAÑERAS DE CERTAMEN COMO NAYAJ GÁMEZ Y NIKITA PALMA HAN COMPARTIDO EN REDES SOCIALES MUESTRAS DE APOYO Y FELICITACIÓN PARA CALMELL DEL SOLAR. "ELLA ES UN SER DE LUZ", AFIRMAN.



IG: @TATICALMELLDLSOLAR

Más sueños por cumplir

Luego de dejar huella y tentar la corona en la próxima edición del Miss Universo, Tatiana Calmell del Solar planea enfocarse en potenciar su carrera como actriz, pues ya ha probado papeles protagónicos en la televisión (Princesas, ProTV, 2020) y el cine (Star Distribution LA, 2024).

Asimismo, considera continuar creciendo al lado de su novio, Cristóbal de Col, con quien ha consolidado un hogar en Los Órganos, Piura.



JESUS SAUCEDO

mente deseaba cuando empecé mi carrera como actriz en 2019. Ahí caí en cuenta de que podía soñar con ser mucho más que solo una modelo, que tenía otras capacidades y talentos, así que intenté por primera vez en 2022 y fue una experiencia hermosa.

En esa edición quedaste como segunda finalista. Requiere valor volver a tentar el concurso una vez más. ¿Por qué te animaste a hacerlo?

Primero, independientemente de mi deseo, pude hacerlo gracias a que cambiaron las reglas del Miss Universo sobre el límite de las edades. Fue algo histórico, y lo tomé como señal.

Para muchos eras la favorita, pero hasta el final nada está dicho. ¿Sentiste temor por los resultados de esta edición?

Considero que hay que ser honestos con nosotros mismos a la hora de luchar por nuestros sueños. Puede haber mil obstáculos, miedos y luchas internas, pero cuando es algo que deseas entonces el corazón, la mente y el cuerpo se ponen a trabajar por ello. Claro que pensé en tirar la toalla, te mentiría si te digo que no. Pero ahora que veo el resultado me doy cuenta de que todo valió la pena.

El mundo de las 'misses' aún está ligado a muchas creencias, quizá machistas, como la rivalidad entre mujeres. ¿Es real?

En el certamen se forman lazos reales. La gente muchas veces piensa que no es cierto, pero la verdad es que sí nacen verdaderas amistades. Obviamente la competitividad es inherente al escenario, pero más allá de eso no se generan rivalidades fuertes o



IG: @TATIANAMELLEDEL SOLAR

polémicas. Al final del día considero que el sentido real del certamen es la celebración a las mujeres, mujeres que han ido evolucionando en la competencia y llegan a su mejor versión.

Sobre ese punto, ¿qué piensas de quienes opinan que, más bien, los certámenes siguen perpetuando estereotipos negativos de belleza?

Es algo que ha cambiado con el tiempo. A mí me pasó, lo veía como un mundo alejado que no podía tentar. Además, está el otro lado, considero que el certamen empodera y celebra a estas mujeres porque no es fácil atrevernos a estar expuestas en una vitrina al mundo, sin dejar de sonreír.

Décadas atrás no existían redes sociales, un espacio donde están expuestas todos los días, con cada cosa que digan o hagan.

EN MARZO DE ESTE AÑO, TATIANA CALMELL PROTAGONIZÓ LA CINTA "BIENVENIDOS AL PARAÍSO", JUNTO A FIGURAS COMO KATIA CONDOS Y PATRICIA BARRETO. PRÓXIMAMENTE ESTARÁ DISPONIBLE VÍA STAR+.

No es sencillo pararte y sonreír mientras recibes todo tipo de comentarios en redes. Ser una reina de belleza viene con todo un proceso encima. Un día te pueden amar y aplaudir, y al siguiente día esas mismas personas te atacan. Es difícil lidiar con ello, pero no imposible. Mi actitud es dejar pasar los mensajes y comentarios con los que no me identifico, porque conozco cuál es mi valor.

La organización de esta edición también ha sido criticada en términos del evento, lamentablemente. ¿Cómo lo viviste de primera mano?

Mira, la verdad no estaba enterada hasta después, porque estaba muy concentrada en mi participación. Pero a mí me ha parecido increíble. En comparación de lo que vi en 2022, este año definitivamente ha habido una evolución, en el escenario, la producción de luces, equipo de cámaras, teníamos una Steadycam, grúa... todas esas cosas le dan valor. No tengo nada malo que decir porque de verdad hay un esfuerzo enorme detrás que no muchos ven.

De cara a la gala del Miss Universo, en setiembre, ¿qué preparaciones se avecinan?

Jeff Lee va a ser mi 'coach' y vamos a potenciar distintas aptitudes entre Lima y Nueva York, que es su base. Estoy encantada con todo lo que voy a aprender de la industria. Sé que tengo muchas cosas por mejorar, no pretendo ser perfecta.

Como Miss Perú también harás labores sociales. ¿Cómo planeas organizarte en ese sentido?

Así es. Me motiva poder promover distintas causas. Pronto me nombrarán embajadora de Cusco y es para mí un honor que también nos permitirá descentralizar esfuerzos de la capital. Planeamos enfocarnos en problemas como la desnutrición y educación en los niños. Somos conscientes de que hay mucho por hacer, pero poco a poco se pueden lograr cosas grandes. //

“
NO ES SENCILLO PARARTE Y SONREÍR
MIENTRAS RECIBES TODO TIPO DE
COMENTARIOS EN REDES. MI ACTITUD ES
DEJAR PASAR LOS MENSAJES CON LOS
QUE NO ME IDENTIFICO, PORQUE CONOZCO
CUÁL ES MI VALOR



RICHARD HIRANO

“TENGO LA VISIÓN NO SOLO DE CLASIFICAR A UN TOP 5, SINO DE TENTAR LA CORONA. ME INSPIRAN MUJERES COMO GLADYS ZENDER Y JANICK MACETA”, COMENTA SOBRE EL MISS UNIVERSO.

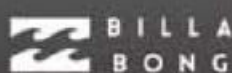
Entre las favoritas

Con sede aún por confirmar en México, la próxima edición del Miss Universo se celebrará el 28 de setiembre de este año. Desde su elección como Miss Perú, el pasado domingo, Tatiana Calmell del Solar brilla como uno de los rostros favoritos del certamen entre 'missologos' (especialistas), junto a las representantes de República Dominicana, Filipinas y Venezuela.

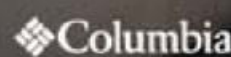
¡Lo mejor para Papá
está en el Club!



Hasta
50% dto.
en servicios
seleccionados



20% dto.
en la tienda



20% dto.
en la tienda

SALOMON

20% dto.
en la tienda

Wilson

20% dto.
en la tienda

Renzo Costa

15% dto.
en toda la Flagship Store
de San Isidro

Descubre más beneficios y sus condiciones en clubelcomercio.pe

Suscríbete al Plan Digital + Club

desde S/ **5** al mes.



• **Evento**

Diálogos culinarios

Los principales chefs del Perú y el mundo se reunirán en el encuentro T'impuy para reflexionar sobre lo que cocinamos, comemos y su impacto en la sociedad. Conversamos con algunas de las participantes, representantes de las regiones del país, para conocer sus reflexiones sobre el momento que vive nuestra gastronomía.

POR: **DIANA GONZALES**

LEONARDO CUITO



“La cocina debe ser estacional”

Mónica Huerta

LA NUEVA PALOMINO

♦♦ En tiempos actuales, Mónica Huerta de La Nueva Palomino de Arequipa, encuentra que conservar las recetas no solo es importante; también lo es defender los productos. Sobre ello comenta: “Se busca que sean de buena calidad, si son los mejores no tienen que usar ningún condimento artificial. Cada producto, cada preparación tiene un tiempo preciso”, dice.

Mónica destaca que “la cocina debe ser estacional”, se debe cuidar y ejercer con responsabilidad: “No se debe cocinar lo mismo, hay que cuidar el medio ambiente, los productos [como el camarón], cada cosa maravillosa que nos da la naturaleza y dejarla crecer, germinar”.

Para ella, el mundo debe conocer las técnicas ancestrales y cómo las madres y abuelas de las picanteras —en su caso— las trabajaron, guardaron y difundieron. Son esas técnicas las que nos dan la comida que no solo alimenta, sino que acaricia y reconforta el alma.

JIMENA AGOIS



“El plato refleja tu trabajo con el entorno”

Karissa Becerra

PUCP

♦♦ Escenarios como el encuentro T'impuy son la evidencia de una necesidad de diálogo sobre la gastronomía y todo el sistema que se mueve alrededor en la actualidad. A decir de Karissa Becerra, coordinadora académica del programa de Gastronomía de la Facultad de Gastronomía, Hotelería y Turismo de la PUCP, el ámbito gastronómico de la alta cocina ha cambiado, hoy en día es una sinergia de disciplinas donde el chef asume un nuevo rol como líder de un equipo interdisciplinario: “Es totalmente distinto a lo que sucedía hace 20 años, antes era más individual, ahora es un liderazgo diferente diversos perfiles (como Micha Tsumura, Virgilio Martínez o Pía León), donde generalmente hay un interés social. El plato refleja tu trabajo con tu entorno, en equipo, con la cultura, ya no está dissociado. El chef ahora es ese líder que se apoya en un equipo grande para poder comunicar”.

Al mismo tiempo se necesita una mirada actual al insumo y entender los procesos, estacionalidad y los precios. “El producto ya no está subyugado a la técnica, esta sirve para potenciar el producto. Es lo que demanda el consumidor de alta cocina”, nos dice la especialista.



“Que el mundo se entere de nuestra gastronomía”

Cecilia Ríos

PUEBLO VIEJO

♦♦ Las cocinas tradicionales son portadoras de saberes ancestrales. De ahí que las cocineras sean quienes las mantienen vigentes con su trabajo generoso y divulgativo. “Considero la cocina lambayecana un pilar de la comida peruana. Es interesante que el mundo se entere que aún en nuestro país existe y se mantiene una gastronomía ancestral”, dice Cecilia Ríos, del restaurante de comida chiclayana Pueblo Viejo. Para ella, hace falta que las nuevas generaciones entiendan que en las regiones también se encuentran preparaciones que bien pueden estar al nivel de otros platos populares en el extranjero, como el cebiche o el lomo saltado. “Hay ciudades tan importantes, en EE.UU. como en Europa, donde la única comida que falta es la comida lambayecana. Vas a Madrid y encuentras chifas, pollo, nikkei y todo lo que falta es una buena comida chiclayana. Yo creo que no es imposible llevar rayas o guitarras, y que se coma chingurito”, indica.

Todo sobre T'impuy

- ♦ Del 16 al 19 de junio, se reunirá en Lima el Consejo Internacional de Basque Culinary Center y se anunciará al ganador del Basque Culinary World Prize.
- ♦ El 19 se desarrollará el evento T'impuy con la participación de los chefs Gastón Acurio, Pía León, Joan Roca, Elena Reygadas y más de 45 especialistas nacionales e internacionales en la PUCP.
- ♦ Las ponencias de T'impuy se subirán a los canales YouTube de los organizadores: @pucp y @BasqueCulinaryCenter. Puede ver el programa en <https://peru2024.bculinary.com/#participantes>.
- ♦ Este foro gastronómico es organizado por Basque Culinary Center, Kjolle, Mil, Acurio Restaurantes y PUCA, y la PUCP como partner académico.



LA PATARASHCA



“¿Por qué no servir en el extranjero juane o cecina?”

Elia García

LA PATARASHCA

♦♦ Elia García, fundadora de La Patarashca de Tarapoto, valora espacios de diálogo como el T'impuy porque son una ventana para la internacionalización de la gastronomía de las regiones: “¿Por qué no servir un juane, cecina, chorizo y otros platos emblemáticos típicos de la selva en el extranjero? Nosotros estamos haciendo innovaciones con el paiche como el jamón y el chorizo, poniendo en valor este producto”, sostiene. Que el Perú esté en el ojo del mundo, destacando en eventos como los 50 Best, es muy importante para la imagen del país y sus dinámicas gastronómicas. “Micha [Tsumura] viene trabajando hace unos 15 años poniendo en valor productos de la selva, como lo ha hecho Pedro Miguel Schiaffino. Malena y Virgilio Martínez han venido a investigar por aquí. Son premios bien ganados porque profundizan en el insumo. Cada plato es una comunidad, una cultura”, finaliza.

Astrología

**Aries**

La semana advierte sobre ataduras y posibles trampas autoimpuestas. Es momento de enfrentar tus sombras y liberarte de influencias negativas.

**Tauro**

Esta semana busca espacio de soledad para conectar contigo. Celebra tus pequeños logros y disfruta la plenitud en el plano emocional.

**Géminis**

Esta semana la clave es fortalecer tus lazos afectivos y compartir emociones sinceras. Solo evita idealizar tu vínculos.

**Cáncer**

Comienza tu temporada, la cual trae consigo nuevos comienzos emocionales y oportunidades. Es el inicio de un viaje positivo y satisfactorio.

**Leo**

La semana advierte sobre responsabilidad excesiva. Debes aligerar la carga, delegar tareas y evitar el agotamiento. Simplifica para avanzar.

**Virgo**

La semana te pide sabiduría emocional y compasión. Lidera con empatía y equilibrio, brindado estabilidad a quienes te rodean.



ELENI POLIZOGOPULOS

@aaquelarre_

En casa de Cáncer

Esta semana marca un cambio tangible en la energía. El lunes 17 empezamos con Mercurio (planeta de la comunicación) en un aspecto tenso con Neptuno, propiciando un clima de malentendidos. Es crucial verificar la información durante los siguientes días.

El 20 de junio sentiremos la liberación de cosas que debemos dejar ir. Ese mismo día, el Sol entra en Cáncer, marcando el inicio del invierno en este lado del globo. Esta temporada abre una ventana de tres meses centrada en temas de familia, pertenencia, hogar y estabilidad, instándonos a crear una visión para el período que viene. Es un tiempo propicio para reconciliaciones con familiares o personas a las que consideramos parte de nuestra tribu.

El viernes 21 de junio tenemos la luna llena en Capricornio, el signo opuesto complementario de Cáncer. Las lunas llenas en Capricornio suelen representar momentos de madurez y responsabilidad. Esta luna nos brindará energía para concretar planes a futuro.

**Libra**

Es tiempo de adaptabilidad en situaciones cambiantes. Maneja con destreza las dualidades y las decisiones difíciles. Son necesarias flexibilidad y armonía en la gestión de recursos.

**Escorpio**

La semana anuncia noticias emocionales o sobre proyectos creativos. Prepárate para nuevas experiencias y descubrimientos internos que te lleven hacia la expresión auténtica.

**Sagitario**

Disfruta de la independencia y el lujo merecido. Es momento de apreciar tus éxitos y tranquilidad.

**Capricornio**

Reflexiona sobre tus emociones y busca nuevas perspectivas para encontrar satisfacción y gratitud en la vida. Reevalúa tus expectativas y ve tras oportunidades de crecimiento.

**Acuario**

El cambio de temporada te anuncia nuevas perspectivas de crecimiento. Es el momento de sembrar las semillas en términos laborales.

**Piscis**

Atraviesa los desafíos con valentía y compasión, encontrando poder en la vulnerabilidad.



SIR PAUL MCCARTNEY NACIÓ EL 18 DE JUNIO DE 1942 EN LIVERPOOL, INGLATERRA. CUMPLE 82 AÑOS.

• Otra vez Andrés



Test de Proust

“La felicidad es poder manejar tus tiempos sin preocuparte”

El actor protagoniza la obra “El próximo año, a la misma hora”, que va hasta el 27 de junio en el teatro Marsano.

Sergio Galiani

¿Cuál es tu pasatiempo favorito?

Hacer deporte, ver películas y series, y la música.

¿Qué sería, para ti, la felicidad perfecta?

Poder manejar tus tiempos sin tener que preocuparte.

¿Cuál es el rasgo que más te define?

La perseverancia y ser apasionado.

¿Cuál consideras tu peor defecto?

Ser vehemente e impulsivo.

¿Qué podría sumirte en la más profunda miseria?

La soledad sin retorno.

¿Cuál es tu mayor extravagancia?

Comprar una camioneta y no tener dónde guardarla.

¿Cuál es el peor defecto que otros pueden tener?

La hipocresía.

¿Cuáles son las frases o palabras que utilizas con mayor frecuencia?

¡Habla, brother! ¡Vamos con todo! Si no se puede hoy, se podrá mañana.

¿Cuál ha sido tu mayor logro?

Vivir como quiero de lo que me gusta.*

¿En qué ocasiones mientes?

Cuando actúo.

¿Cuándo y dónde has sido absolutamente feliz?

Cuando viajo.

¿Qué objeto personal tiene más valor para ti?

Mi moto.

¿Cuál es la cualidad que más admiras en una mujer?

Que sea divertida.

¿Cómo te gustaría morir?

Durmiendo.

Si murieras y se te permitiera volver convertido en otra persona o cosa, ¿cuál crees que sería?

Me gustaría volver convertido en un delfín.

¿Cuáles son tus escritores favoritos?

Gabriel García Márquez, Pablo Neruda, Milan Kundera.

¿Cuál crees que ha sido tu mayor inversión?

Viajar.

¿Qué talento especial te gustaría tener?

Hablar todos los idiomas y lenguas.

¿Qué persona viva te parece despreciable?

Ninguna persona me parece despreciable. //



COLECCIÓN
EXCLUSIVA

El Comercio 185 años

PRESENTA

La cocina de **Rodrigo
Fernandini**

¡Ya a la venta
en tu quiosco favorito!

ENTREGA 7:

**Afilador +
Libro de Recetas**

A solo
S/ 34.90
~~S/ 59.90~~



Una colección de **cuchillos profesionales** de **acero inoxidable**
con mango ergonómico de **madera Pakkawood**.



TACOMA



1. CUCHILLO
SANTOKU



2. CUCHILLO
DEL CHEF



3. CUCHILLO
FILETEADOR



4. CUCHILLO
NAKIRI



5. CUCHILLO
DESHUESADOR



6. TIJERA
DE COCINA



7. AFILADOR



8. CUCHILLO
VERDURAS



9. CUCHILLO
MULTIUSOS



10. CUCHILLO
PELADOR

Cada entrega incluye un libro con las
mejores recetas de Rodrigo Fernandini
para que te conviertas en todo un chef.



¡Todo los *viernes* un nuevo lanzamiento en quioscos!

Válido para todo el Perú. EMPRESA EDITORA EL COMERCIO S.A. RUC: 20143229816

Para adquirir las 11 entregas consistentes en: 8 cuchillos + 1 tijera + 1 afilador + 1 tacoma, cada entrega viene con un libro de recetas, deberá: (i) acercarse a su quiosco más cercano y/o, (ii) ingresar a la página web Colecciones el Comercio <https://coleccioneselcomercio.pe/>; y/o, (iii) escribir al WhatsApp 988 070 096 / 922 957 466. La primera entrega: "Cuchillo Santoku" tiene un costo de S/29.90; la entrega especial: "La Tacoma" tiene un costo de S/ 49.90; y, desde la segunda hasta la décima entrega, tendrán un costo de S/34.90 cada una. Stock de 5,500 unidades en promedio por entrega de la colección o hasta agotar stock. Válido a nivel nacional desde el 12 de abril hasta el 19 de julio de 2024.

ALL NEW

L200 / THE BRAVE & THE BEAST

Todas las pickups tienen potencia, pero solo una
LA POTENCIA DE LA BESTIA



CARGADOR INALÁMBRICO

ASIENTOS DE CUERO
CON CONTROL ELÉCTRICO



PANTALLA 8" CON APPLE CAR PLAY
Y ANDROID AUTO



DESCUBRE MÁS AQUÍ.

 mitsubishi-motors.pe  mitsubishimotorsperu

*Imágenes referenciales.

Publicidad de MC Autos del Perú S.A. con RUC [20430500521].



**MITSUBISHI
MOTORS**